

**PERBEDAAN KECUKUPAN PROTEIN, ZINC, KALSIUM,
DAN VITAMIN D PADA REMAJA PUTRI YANG STUNTING
DAN NON-STUNTING DI SMP NEGERI 1 NGUTER
KABUPATEN SUKOHARJO**

SKRIPSI



Disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Studi Ilmu Gizi
Fakultas Ilmu Kesehatan

Oleh:

DINAR PUTRI RAHMAWATI

J 310 130 052

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2017

**PERBEDAAN KECUKUPAN PROTEIN, ZINC, KALSIUM,
DAN VITAMIN D PADA REMAJA PUTRI YANG STUNTING
DAN NON-STUNTING DI SMP NEGERI 1 NGUTER
KABUPATEN SUKOHARJO**

SKRIPSI



Disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Studi Ilmu Gizi
Fakultas Ilmu Kesehatan

Oleh :

DINAR PUTRI RAHMAWATI

J 310 130 052

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2017**

**FACULTY OF NUTRITION SCIENCE
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
BACHELOR THESIS**

ABSTRACT

DINAR PUTRI RAHMAWATI J 310 130 052

THE DIFFERENCES IN ADEQUACY OF PROTEIN, ZINC, CALCIUM, AND VITAMIN D BETWEEN STUNTING AND NON STUNTING ADOLESCENT GIRLS AT SMP NEGERI 1 NGUTER, SUKOHARJO

Background : Nutrient deficiency in adolescents is still become worldwide public health problems. Adolescent girls are the group that is vulnerable to nutrition problem, such as stunting. This problem is related to makronutrien and mikronutrien. Makronutrien and mikronutrien deficiency including protein, zinc, calcium, and vitamin D.

Research Method : The purpose of this study was to determine the differences in the adequacy of protein, zinc, calcium, and vitamin D between stunting and non stunting adolescents girls. The research using observational with cross-sectional method eighty subjects were obtained by simple random sampling technique. Data of adequacy level of food intake obtained through of 24 hours recall for 6 non-consecutive days, and height measured using microtoice. The analysys of hypothesis using Mann Whitney.

Result : In the stunting group, the average percent age of adequacs of protein is 76,62%, zinc 35,84%, calcium 30,96%, vitamin D 14,44%, while in the non-stunting group the adequacy of protein 88,57%, zinc 40,26%, calcium 30,96%, vitamin D 19,79%.

Conclusion : There was a difference in adequacy of protein, zinc, calcium between stunting and non-stunting adolescent girls, while there is no difference in vitamin D adequacy between stunting and non stunting adolescent girls.

Keywords: adolescent girl, nutrient intake, stunting.

PROGRAM STUDI ILMU GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
SKRIPSI

ABSTRAK

DINAR PUTRI RAHMAWATI J 310 130 052

PERBEDAAN KECUKUPAN PROTEIN, ZINC, KALSIMUM, DAN VITAMIN D PADA REMAJA PUTRI YANG *STUNTING* DAN NON-*STUNTING* DI SMP NEGERI 1 NGUTER KABUPATEN SUKOHARJO

Pendahuluan : Defisiensi zat gizi pada remaja hingga saat ini masih menjadi masalah kesehatan masyarakat di dunia. Remaja putri merupakan kelompok yang rawan terhadap masalah gizi yaitu *stunting*. Masalah ini berkaitan dengan berbagai defisiensi baik makronutrien maupun mikronutrien. Defisiensi makronutrien dan mikronutrien seperti protein, zinc, kalsium, dan vitamin D.

Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan tingkat kecukupan protein, zinc, kalsium, dan vitamin D pada remaja putri *stunting* dan non-*stunting*.

Metodologi Penelitian : Jenis penelitian menggunakan observasional dengan pendekatan *cross-sectional* terdapat 80 subjek diperoleh dengan teknik *simple random sampling*. Data tingkat kecukupan asupan diperoleh melalui wawancara *recall* 24 jam sebanyak 6 kali dengan tidak berturut-turut, dan tinggi badan diukur menggunakan *microtoice*. Uji hipotesis menggunakan *Mann Whitney*.

Hasil : Pada kelompok *stunting* rata-rata persentase kecukupan protein sebesar 76,62%, zinc 35,84%, kalsium 30,96%, vitamin D 14,44% , sedangkan kelompok non-*stunting* kecukupan protein sebesar 88,57%, zinc 40,26%, kalsium 30,96%, vitamin D 19,79%.

Kesimpulan : Terdapat perbedaan kecukupan protein, zinc, kalsium pada remaja putri *stunting* dan non-*stunting*, sedangkan kecukupan vitamin D tidak terdapat perbedaan remaja putri *stunting* dan non-*stunting*.

Kata Kunci: remaja putri, asupan zat gizi, *stunting*.

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Penelitian : Perbedaan Kecukupan Protein, Zinc, Kalsium,
dan Vitamin D pada Remaja Putri yang *Stunting*
dan *Non-Stunting* di SMP Negeri 1 Nguter
Kabupaten Sukoharjo


Nama Mahasiswa : Dinar Putri Rahmawati

Nomor Induk Mahasiswa : J 310 130 052

Telah disetujui untuk Diujikan pada Ujian Skripsi Program Studi Gizi Fakultas
Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta

Surakarta, 05 Agustus 2017

Menyetujui,
Pembimbing


Ir. Listyani Hidayati, M.Kes.
NIK/NIDN: 673/0620126703

Mengetahui,

Ketua Program Studi Ilmu Gizi
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta


Endang Nur Widiyaningsih, S.ST., M.Si. Med.
NIK/NIDN. 717/0629087401

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Proposal : Perbedaan Kecukupan Protein, Zinc, Kalsium, dan Vitamin D pada Remaja Putri yang *Stunting* dan *Non-Stunting* di SMP Negeri 1 Nguter Kabupaten Sukoharjo

Nama Mahasiswa : Dinar Putri Rahmawati

Nomor Induk Mahasiswa : J 310 130 052

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi Program Studi Ilmu Gizi S1 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta pada tanggal 05 Agustus 2017 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Surakarta, 05 Agustus 2017

Penguji I : Ir. Listyani Hidayati, M. Kes.

()

Penguji II : Endang Nur Widiyaningsih, S.ST., M.Si. Med. (

)

Penguji III : Dyah Intan Puspitasari S.Gz., M.Nutr.

()

Mengetahui,
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Dekan



Dr. Mutalazimah SKM., M. Kes
NIK. 786 / NIDN. 0617117301

PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surakarta, 5 Agustus 2017

Peneliti



DINAR PUTRI RAHMAWATI

J 310 130 052

RIWAYAT HIDUP

Nama : Dinar Putri Rahmawati

Tempat, tanggal lahir : Ngawi, 22 Desember 1994

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Islam

Alamat : Griya Perumnas Prandon Permai E.19 Ngawi

RT/RW : 004/003

Kelurahan/Desa : Karang Tengah Prandon

Kecamatan : Ngawi

Kabupaten : Ngawi

Riwayat Pendidikan : 1. Lulus TK Tunas Rimba tahun 2001
2. Lulus SD Negeri Margomulyo 03 tahun 2007
3. Lulus SMP Negeri 2 Ngawi tahun 2010
4. Lulus MAN 1 Ngawi tahun 2013

PERSEMBAHAN

Syukur alhamdulillah kepada Allah swt. Atas segala karunia dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Karya sederhana ini penulis persembahkan kepada :

1. Kedua orang tuaku, yang memberikan kasih sayang dan do'a yang tiada henti dan memberikan dukungan moril, materiil dan motivasi serta nasehat-nasehat agar putrinya kelak berhasil di dunia dan di akherat kelak. Kasih sayang dan pengorbanan mereka untuk saya tidak dapat tergantikan oleh siapapun.
2. Kakak dan adikku tersayang yang selalu memberi semangat dalam mengerjakan skripsi ini.
3. Ibu Listiyani Hidayati, M.Kes. yang telah membimbing dalam penelitian ini.
4. Teman seperjuanganku Tiwi, Fahmi, Anggita, Vellim dan Shavira, terimakasih atas kerjasama dan kebersamaan, sehingga skripsi dapat terselesaikan.
5. Teman kos tersayang Rizka, Winsdy, Whe, dek Wahyu, dan mbak Husnur serta seluruh penghuni kost Barbie yang telah memberi semangat dan motivasi.
6. Happy, Erlin, Aulia, Ulfa, Elli, dan teman-teman S1 Gizi angkatan 2013 terimakasih untuk dukungan dan motivasi serta kebersamaannya.
7. Best Partner yang selalu setia dalam mendoakan dan perhatian.
8. Semua yang telah memberi banyak bantuan, do'a, dukungan dan motivasi sampai terselesaikannya skripsi ini.
9. Almamaterku Universitas Muhammadiyah Surakarta.

MOTTO

“Dan jangan kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya tiada berputus asa dari rahmat Allah, melainkan kaum yang kafir”
(QS. Yusuf: 87)

“Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Maka apabila engkau telah selesai (dari sesuatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain). Dan hanya kepada Tuhanmulah engkau berharap”
(QS. Al-Insyirah: 6-8)

“Siapapun yang belum pernah melakukan kesalahan tidak pernah mencoba sesuatu yang baru”
(Albert Einstein)

“Kebanyakan orang mengatakan bahwa kecerdasanlah yang melahirkan seorang ilmuwan besar. Mereka salah, karakterlah yang melahirkannya”
(Albert Einstein)

“Jika kita tidak mudah menyerah, maka kita sudah dekat dengan sekali dengan kesuksesan. Karena di dunia ini, ada dua orang yang susah sekali dikalahkan : 1. orang yang sabar; 2. Orang yang tidak mudah menyerah”
(Tere Liye)

“Hadiah terbesar dalam hidup adalah persahabatan, dan saya telah menerimanya”
(Hubert Humphrey)

“Yakin saja, sesuatu yang sudah ditakdirkan menjadi hak kita, Allah tidak akan biarkannya menjadi milik orang lain”

“Hasil tidak akan mengkhianati proses”

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan dan melimpahkan segala karunia, nikmat dan rahmat-Nya yang tak terhingga kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul : “Perbedaan Kecukupan Protein, Zinc, Kalsium, dan Vitamin D pada Remaja Putri yang *Stunting* dan *Non-Stunting* di SMP Negeri 1 Nguter Kabupaten Sukoharjo”, sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar strata satu di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Selesainya Skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan dukungan berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Bapak Dr. Sofyan Anif, M.Si, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. Ibu Mutalazimah, SKM., M.Kes., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
3. Ibu Endang Nur W., S.ST.,M.Si., Med selaku Ketua Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
4. Ibu Ir.Listyani Hidayati, M.Kes., selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan bimbingan, nasehat, waktu, dan berbagai arahan kepada penulis selama penyusunan Skripsi ini.
5. Segenap Dosen Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta atas ilmu yang telah Bapak/Ibu berikan, semoga bermanfaat di dunia dan akhirat.

6. Bapak dan Ibu Tercinta atas kasih sayang, pengorbanan, dan doa yang tak pernah putus.
7. Teman-teman S1 Ilmu Gizi Angkatan 2013 dan sahabat-sahabat saya, terima kasih untuk dukungan dan semangat yang telah diberikan.
8. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan Skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa Proposal Skripsi ini masih jauh dari sempurna. Akhirnya penulis berharap semoga Proposal Skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang memerlukan dan bagi pembaca.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Surakarta, 5 Agustus 2017

Dinar Putri Rahmawati

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL DEPAN.....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
ABSTRACT	iii
ABSTRAK	iv
HALAMAN PERSETUJUAN	v
HALAMAN PENGESAHAN.....	vi
PERNYATAAN KEASLIAN.....	vii
RIWAYAT HIDUP	viii
PERSEMBAHAN	ix
MOTTO	x
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR TABEL	xvii
 BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	6
E. Ruang Lingkup.....	6
 BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	
A. Tinjauan Teoritis	
1. Remaja	
a. Pengertian Remaja.....	7
b. Aspek Perubahan Remaja.....	7
2. Status Gizi	
a. Definisi Status Gizi	8
b. Antropometri.....	9
c. Survei Konsumsi Makanan	10
3. <i>Stunting</i>	
a. Definisi <i>Stunting</i>	11
b. Faktor <i>Stunting</i>	11
c. Dampak <i>Stunting</i>	13

4. Protein	
a. Definisi Protein	14
b. Komposisi Protein	15
c. Fungsi Protein	15
d. Kecukupan Protein	16
e. Akibat Kekurangan Protein	16
5. Zinc (Zn)	
a. Definisi Zinc.....	17
b. Fungsi Zinc.....	18
c. Kecukupan Zinc.....	18
d. Akibat Kekurangan Zinc	19
6. Kalsium	
a. Definisi Kalsium	20
b. Fungsi Kalsium	20
c. Kecukupan Kalsium.....	21
d. Akibat Kekurangan Kalsium.....	21
7. Vitamin D	
a. Definisi Vitamin D	22
b. Fungsi Vitamin D	22
c. Kecukupan Vitamin D	23
d. Akibat Kekurangan Vitamin D	23
B. Internalisasi Nilai-Nilai Islam.....	23
C. Kerangka Teori.....	25
D. Kerangka Konsep.....	26
E. Hipotesis	27

BAB III. METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian	28
B. Subjek Penelitian	28
C. Lokasi dan Waktu Penelitian	28
D. Populasi dan Sampel Penelitian	29
E. Variabel Penelitian	31
F. Definisi Operasional	31
G. Pengumpulan Data	32
H. Langkah-langkah Penelitian	33
I. Pengolahan Data	35
J. Analisis Data	37

BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Sekolah.....	39
B. Analisis Univariat.....	39
1. Distribusi Subjek Penelitian Berdasarkan Umur	39
2. Status <i>Stunting</i>	41
3. Distribusi Subjek Penelitian Berdasarkan Kecukupan Protein	41
4. Distribusi Subjek Penelitian Berdasarkan Kecukupan Zinc	43
5. Distribusi Subjek Penelitian Berdasarkan Kecukupan Kalsium	44

6. Distribusi Subjek Penelitian Berdasarkan Kecukupan Vitamin D	45
C. Analisis Bivariat.....	46
1. Perbedaan Kecukupan Protein antara Remaja Putri <i>Stunting</i> dan Non- <i>Sunting</i>	46
2. Perbedaan Kecukupan Zinc antara Remaja Putri <i>Stunting</i> dan Non- <i>Sunting</i>	48
3. Perbedaan Kecukupan Kalsium antara Remaja Putri <i>Stunting</i> dan Non- <i>Sunting</i>	51
4. Perbedaan Kecukupan Vitamin D antara Remaja Putri <i>Stunting</i> dan Non- <i>Sunting</i>	52
5. Keterbatasan Penelitian	54
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	55
A. Kesimpulan	55
B. Saran	56
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Teori	26
2. Kerangka Konsep	26

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Jadwal Kegiatan	28
2. Definisi Operasional.....	32
3. <i>Coding</i> Tingkat Kecukupan Protein.....	36
4. <i>Coding</i> Tingkat Kecukupan Zinc	36
5. <i>Coding</i> Tingkat Kecukupan Kalsium	36
6. <i>Coding</i> Tingkat Kecukupan Vitamin D.....	36
7. <i>Coding</i> untuk TB/U	36
8. Distribusi Frekuensi Umur Subjek Penelitian	40
9. Distribusi Subjek Berdasarkan Kecukupan Protein	41
10. Distribusi Subjek Berdasarkan Kecukupan Zinc.....	43
11. Distribusi Subjek Berdasarkan Kecukupan Kalsium	44
12. Distribusi Subjek Berdasarkan Kecukupan Vitamin D	45
13. Hasil Analisis Perbedaan Kecukupan Protein antara Remaja Putri yang <i>Stunting</i> dan Non <i>Stunting</i>	47
14. Hasil Analisis Perbedaan Kecukupan Zinc antara Remaja Putri yang <i>Stunting</i> dan Non <i>Stunting</i>	49
15. Hasil Analisis Perbedaan Kecukupan Kalsium antara Remaja Putri yang <i>Stunting</i> dan Non <i>Stunting</i>	51
16. Hasil Analisis Perbedaan Kecukupan Vitamin D antara Remaja Putri yang <i>Stunting</i> dan Non <i>Stunting</i>	52